

什麼是肝炎？

肝炎是任何類型的肝臟炎症（可以包括腫脹和疼痛的反應）。肝炎可由許多事情引起，包括病毒（一種微生物）、藥物、化學物質和酒精。現在，已經知道有五種病毒專門影響肝臟。在美國，最常見的病毒性肝炎類型是 A 型肝炎、B 型肝炎和 C 型肝炎。這些病毒相互之間的差異很大，但都有傳染性且可引起相似的症狀。它們在傳播方式、感染持續時間和治療方法上是不同的。健康照護提供者能夠透過測試一個人的血液來判定 A、B 和 C 型肝炎病毒感染。

什麼是 A 型肝炎？

A 型肝炎曾被稱為「傳染性肝炎」，它是由 A 型肝炎病毒引起的肝臟感染。它的傳染性很強，能夠輕易地從一個人傳播給另一個人。任何人都可能罹患 A 型肝炎，但它更常見於兒童。這種疾病很少造成死亡，也不會引起慢性（長期）肝臟疾病。如果一個人曾經罹患 A 型肝炎，他或她就不會再次患病。有疫苗可預防 A 型肝炎。

它如何傳播？

A 型肝炎病毒透過糞便（透過糞一口途徑）來傳播。這就是說，這種疾病是透過將曾被感染者的糞便污染的東西吃到嘴裡來傳播。當感染者不注意在如廁後洗手時，它經常會傳播。因此，與患病者共同居住或性交的人士患病的風險很高。病毒還能夠在襁褓幼兒照護機構和與食物有關的企業（例如餐館）中傳播。A 型肝炎可以透過吃被污染的食物（例如生肉或未熟的貝類）或喝被污染的水來傳播。A 型肝炎爆發還出現於非法吸毒者中。和其他的肝炎病毒不同，A 型肝炎很少透過血液傳播。

有哪些症狀？

A 型肝炎的症狀包括發燒、疲憊、食欲喪失、胃痛、噁心、腹瀉、和黃疸。黃疸的徵候是雙眼和皮膚變黃，以及尿色變深。與兒童相比，青少年和成年人更容易出現這些典型症狀。罹患 A 型肝炎的幼兒經常只出現輕微的症狀或根本沒有症狀。症狀通常持續不到兩個月。但也有罕見的一些成年人可感到不適長達六個月。

多久才出現症狀？

雖然通常是在接觸病毒後三週到一個月時出現 A 型肝炎的症狀，但其發病時間範圍可擴大至 15-50 天。

如何診斷 A 型肝炎？

透過血液測試來診斷 A 型肝炎。這種血液測試能夠顯示當前感染和以往感染之間的差異。還有血液測試來檢測是否有肝臟損傷及其程度，但這些測試不會顯示是什麼造成了損傷。

如何治療 A 型肝炎？

沒有適用於罹患 A 型肝炎者的特殊治療。建議休息和多喝流質液體。避免飲酒和吸毒，因為它們可對肝臟造成更嚴重的損傷。

我怎樣才能預防 A 型肝炎？

請遵循下述提示。如果您養成這些習慣，您就能預防 A 型肝炎—以及其他疾病：

- 在接觸或吃食物前、如廁後和更換尿布後，始終要用肥皂和水徹底洗手。在沒有肥皂和水時，可使用含酒精的拋棄式擦手巾或凝膠消毒劑。這些東西在大多數超級市場和藥房內都可以買到。
- 不要吃生肉或未熟的貝類。
- 在吃水果和蔬菜前，始終將其洗淨。

對於長期保護，A 型肝炎疫苗是最好的選擇。推薦所有 12-23 個月的幼兒使用疫苗。還推薦 A 型肝炎感染或併發症風險升高的下述兩歲或以上人士使用疫苗：

- 前往 A 型肝炎高發地區的旅遊者。
- 居住在 A 型肝炎發生率高的州、縣或社區的兒童。
- 與男性進行性交的男性。
- 注射和非注射吸毒者。
- 患慢性肝臟疾病（包括 C 型肝炎和 B 型肝炎）的人士。
- 有出血和凝血因子疾病的人士。

免疫球蛋白 (Ig) 是提供短期保護的注射。它用於：

- 尚未接受 A 型肝炎疫苗且接觸 A 型肝炎的人士。必須在接觸 A 型肝炎病毒後兩週內給予免疫球蛋白，以便獲得最好的保護作用。
- 對 A 型肝炎疫苗過敏或選擇不接受此疫苗的人士，以及前往 A 型肝炎高發地區旅遊的人士。

罹患 A 型肝炎的人士是否有任何限制？

有。因為 A 型肝炎易於傳播給其他人，麻省法律要求醫生向當地衛生委員會報告 A 型肝炎病例。為了保護公眾，罹患 A 型肝炎的任何食物相關企業員工均應在其發燒完全消失且從開始出現症狀後已經過去一週以後才可以工作。同事可能必須獲得免疫球蛋白。食物相關企業包括餐館、三明治商店、醫院廚房和乳製品或食物加工廠。這項要求還包括餵養、提供口腔照護或分發藥物的學校、居民計劃、日間照護和健康照護機構。

我能從哪裡得到更多資訊？

- 您的醫生、護士或診所。
- 您的當地衛生委員會（在電話簿中列於當地政府下方）。
- 麻省公共衛生廳 (Massachusetts Department of Public Health) 流行病學與免疫部 (Division of Epidemiology and Immunization)，電話 (617) 983-6800 或免費電話 (888) 658-2850，或參觀 MDPH 網站 <http://www.mass.gov/hepc>。